

**MAKNA KATA *UFF* DALAM AL-QUR'AN DAN PENGARUHNYA
TERHADAP KESEHATAN MENTAL**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh Gelar
Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh:

YESA ADILA
NIM: 11732200770

Pembimbing I
Dr. H. Abd Wahid, M. Us

Pembimbing II
Agus Firdaus Chandra, Lc., MA

FAKULTAS USHULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
1443 H. / 2021 M.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : Makna Kata *Uff* dalam Al-Qur'an dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental

Nama : Yesa Adila

Nim : 11732200770

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dimunaqasyahkan dalam Sidang Panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 22 September 2021

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Agama (S.Ag). Dalam Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 22 September 2021

Dekan,

Dr. H. Jamaluddin, M. Ush

NIP. 19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/Penguji I

Dr. Afrizal Nur, MIS.

NIP. 19800108 200310 1 001

Sekretaris/Penguji II

Afriadi Putra, S.Th.I., M.Hum

NIP. 19890420 201801 1 001

MENGETAHUI

Penguji III

Dr. H. Khairunnas Jamal, M.A.

NIP. 19731105 200003 1 003

Penguji IV

Lukmanul Hakim, S. Ud., MIRKH., Ph.D.

NIK. 130317088

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran Surat :

Nomor : Nomor 25/2021
Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yesa Adila
NIM : 11732200770
Tempat/Tgl. Lahir : Perawang / 08 Agustus 1998
Fakultas/Pascasarjana : Ushuluddin
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Makna Kata Uff dalam Al-Qur'an dan Pengaruhnya
Terhadap Kesehatan Mental.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 22 September 2021
Yang membuat pernyataan



Yesa Adila
NIM : 11732200770

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis



Dr. H. Abd Wahid, M. Us

Dosen Pembimbing Skripsi

Nota Dinas

Hal : Pengajuan Skripsi

An. **Yesa Adila**

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN SUSKA RIAU

di- Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Setelah dengan seksama dan memberikan bimbingan serta petunjuk bagi perbaikan naskah ini, kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi atas nama Sdri. Yesa Adila (NIM:11732200770) yang berjudul: Makna Kata *Uffin* dalam al-Qur'an dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin.

Maka dengan ini dapat di setujui untuk di uji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian untuk dapat dimaklumi, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, 12 Agustus 2021

Pembimbing I

Dr. H. Abd Wahid, M. Us
NIP 105801091993031001

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hal : Pengajuan Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Agus Firdaus Chandra, Lc., MA

Dosen Pembimbing Skripsi

Nota Dinas

Hal Pengajuan Skripsi

An. Yesa Adila

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN SUSKA RIAU

di- Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Setelah dengan seksama dan memberikan bimbingan serta petunjuk bagi perbaikan naskah ini, kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi atas nama Sdri. Yesa Adila (NIM: 11732200770) yang berjudul: Makna Kata *Uffin* dalam Al-Qur'an dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin.

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian untuk dapat dimaklumi, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, 12 Agustus 2021

Pembimbing II

Agus Firdaus Chandra, Lc., MA
NIP-198508292015031002

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴿٣١﴾

“Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan?”

“So, which of the bounties of your Lord will you deny?”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dan saya dedikasikan untuk Ayahanda H.

Saaluddin dan Ibunda Hj. Yeni Masrida, S.E.

Serta untuk Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau dan Seluruh Umat Islam di Indonesia.

UIN SUSKA RIAU

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide to Arabic Transliteration*), INIS Fellow 1992.

A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	‘
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	هـ	H
ش	Sy	ء	‘
ص	Sh	ي	Y
ض	Dl		

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



B. Vokal, Panjang dan Diftong

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan “a”, *kasrah* dengan “i”, *dhammah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut :

Vokal (a) panjang = Â Misalnya قال menjadi qâla

Vokal (i) panjang = Î Misalnya قيل menjadi qîla

Vokal (u) panjang = Û Misalnya دون menjadi Dûna

Khusus untuk bacaan ya’ nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan “i”, melainkan tetap ditulis dengan “iy” agar dapat menggambarkan ya’ nisbat diakhirinya. Begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya’ setelah *fathah* ditulis dengan “aw” dan “ay”. Perhatikan contoh berikut :

Diftong (aw) =	او	Misalnya	قول	Menjadi	Qawlun
Diftong (ay) =	اي	Misalnya	خير	Menjadi	Khayrun

C. Ta’marbûthah (ة)

Ta’marbûthah ditransliterasikan dengan “*t*” jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila *Ta’ marbûthah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditrasliterasikan dengan menggunakan “h” misalnya الرسالة المدرسة menjadi *al-risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudlaf* dan *mudalf ilayh*, maka ditrasliterasikan dengan menggunakan *t* yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fi rahmatillah*.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



D. Kata Sandang dan *Lafdh al-Jalalah*

Kata sandang berupa “al” (اَلْ) ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak diawal kalimat, sedangkan “al” dalam lafadh jalâlah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini :

- a. Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan ...
- b. Al-Bukhâriy dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan ...
- c. *Masyâ' Allah kâna wa mâ lam yasya' lam yakun.*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRAK

Skripsi ini membahas tentang makna *uff* dalam Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental. Dalam berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain harus menjaga tutur kata yang baik agar tidak menyinggung perasaan seseorang yang dapat mengakibatkan hatinya sakit. Salah satunya dengan cara menjaga perkataan yang baik dan tidak berkata kasar yang disebut dengan istilah *uff*. Kata *uff* ini dilarang digunakan oleh seorang anak terhadap kedua orang tuanya. Walaupun kata *uff* dilarang diucapkan seorang anak akan tetapi kata *uff* ini juga digunakan oleh Nabi Ibrahim A.s kepada kaumnya. Dalam bahasa Indonesia kata *uff* memiliki arti kata “ah” atau “cis!”, kata tersebut memang pendek namun dari perkataan “ah” dan “cis!” tersebut akan menyinggung perasaan orang yang mendengarnya. Apalagi yang mengungkapkan adalah seorang yang memiliki kedudukan di bawah orang yang menjadi tujuan dari ucapan tersebut karena perkataan “ah” dan “cis!” merupakan perkataan yang amat rendah. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa senang, aman dan tentram. Sedangkan orang yang tidak merasa tenang, aman serta tentram dalam hatinya adalah orang yang sakit rohaninya atau mentalnya. Maka dalam skripsi ini mengkaji tentang bagaimana makna kata *uff* menurut para mufassir, serta memaparkan bagaimana pengaruhnya kata *uff* terhadap kesehatan mental. Penelitian ini bersifat penelitian kepustakaan dan metode yang digunakan adalah metode tematik. Data-data dalam penelitian ini disajikan dengan teknik analisis, yaitu dengan menjelaskan ayat per ayat yang berhubungan, serta merujuk pada Al-Qur'an dan kitab tafsir sebagai data primer dan literatur yang berkaitan sebagai data sekunder. Adapun makna kata *uff* yang ditafsirkan oleh Imam Asy-Syaukani, Ahmad Mustafa Al-Maragi, Buya Hamka dan Wahbah Az-Zuhaili yaitu para mufassir hampir sama dalam memaknai *uff* dalam ketiga surah ini dengan kata-kata yang buruk, busuk, ataupun tercela. Kata *uff* dalam surah al-Isra' ayat 23 dan al-Ahqaf ayat 17 berpengaruh kesehatan mentalnya terhadap orang yang mengucapkan dan mendengarkan, sedangkan kata *uff* dalam surah al-Anbiya' ayat 67 tidak berpengaruh kesehatan mentalnya bagi orang yang melontarkan dan mendengarkan.

Kata Kunci: *Uff*, Al-Qur'an, Kesehatan Mental.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

This thesis discusses the meaning of *uff* in the Qur'an and its effect on mental health. In dealing with or interacting with other people, one must maintain good speech so as not to offend someone's feelings that can cause his heart to hurt. One of them is by keeping good words and not saying rude things called *uff*. The word *uff* is prohibited from being used by a child against his parents. Although the word *uff* is forbidden by a child, the word *uff* was also used by Prophet Ibrahim As to his people. In Indonesian the word *uff* means "ah" or "cis!", these words are short but from the words "ah" and "cis!" it will offend those who hear it. Moreover, what is revealed is someone who has a position below the person who is the target of the speech because of the words "ah" and "cis!" is a very low word. Mentally healthy people are people who are spiritually or in their hearts always feel happy, safe and peaceful. While people who do not feel calm, safe and peaceful in their hearts are people who are spiritually or mentally ill. So, in this thesis, we examine the meaning of the word *uff* according to the commentators, and explain how the word *uff* affects mental health. This research is library research and the method used is thematic method. The data in this study are presented with analytical techniques, namely by explaining the related verse by verse, and referring to the Qur'an and the book of interpretation as primary data and related literature as secondary data. As for the meaning of the word *uff* interpreted by Imam Asy-Syaukani, Ahmad Mustafa Al-Maragi, Buya Hamka and Wahbah Az-Zuhaili, the commentators are almost the same in interpreting *uff* in these three suras with bad, rotten, or despicable words. The word *uff* in surah al-Isra' verse 23 and al-Ahqaf verse 17 affect the mental health of people who say and listen, while the word *uff* in surah al-Anbiya' verse 67 doesn't affect mental health for people who say and listen.

Keywords: *Uff*, Al-Qur'an, Mental Health.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

المخلص

هذا البحث يتحدث عن معاني كلمة أف في القرآن وأثرها في الصحة النفسية. فبعد التعامل مع الآخرين أو التفاعل معهم يجب على المرء أن يحافظ على حسن الكلام حتى لا يسيء إلى مشاعر الشخص ويجعل قلبه يؤلم. ومنه هو الاحتفاظ بالكلمات الطيبة وعدم قول أشياء فظة تسمى أف. فكلمة أف لا يجوز لأحد أن يقولها لوالديه. على الرغم من أن كلمة أف يحظر على المرء أن ينطق بها فني الله إبراهيم عليه السلام كان يقولها لقومه. وفي اللغة الإندونيسية كلمة أف بمعنى *Ah* أو *Cis*!، هذه الكلمة قصيرة ولكنها تسيء إلى الشخص الذي يسمعها. ولاسيما إذا كان القائل له درجة أسفل من الشخص الذي يقال له، وذلك لأن كلمة *Ah* أو *Cis* كلمة منخفضة جدا. فالشخص السليم نفسيا هو الذي يشعر دائما في روحه أو قلبه بالسعادة والأمان والسلام. والشخص الذي لا يشعر بالهدوء والأمان والسلام في قلبه هو شخص مريض روحانيا أو نفسيا. فهذا البحث يتحدث عن معاني كلمة أف عند المفسرين، ويصف كيف يكون أثره في الصحة النفسية. وهذا البحث هو بحث مكتبي، والطريقة المستخدمة فيه طريقة موضوعية. وتم عرض بيانات البحث بتقنية التحليل، أي شرح الآيات ذات الصلة، والرجوع إلى القرآن والكتاب التفسير كبيانات أولية والأدبيات ذات الصلة كبيانات ثانوية. فمعاني كلمة أف عند الإمام الشوكاني وأحمد بن مصطفى المراغي وبويا همكا ووهبة الزحيلي نفسها تقريبا في هذه السور الثلاثة مع الكلمات السيئة أو الفاسدة أو الحقيرة. وكلمة أف تؤثر في الصحة النفسية عندما يقولها ولد لوالديه، وأما نبي الله إبراهيم عليه السلام عندما يقولها لقومه فلا تؤثر في صحتهم النفسية.

الكلمات الأساسية: أف، القرآن، الصحة العقلية.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Alhamdulillah rabbi 'alamin, Puji syukur kehadiran Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Ushuluddin (S. Ag). Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw yang membawa umatnya dari alam kegelapan menuju alam terang benderang, yakni agama Islam.

Pembahasan skripsi ini bertujuan untuk mengetahui pandangan para mufassir mengenai surah ayat-ayat yang berkaitan dengan makna kata *uff* dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental. Tulisan ini dimasukkan untuk dijadikan sebagai tambahan informasi dalam bidang kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir sekaligus untuk memenuhi syarat penyelesaian studi di Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan selesai tanpa dorongan langsung, baik moral, maupun material. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Terkhususnya kepada Ayahanda H. Saaluddin dan Ibunda Hj. Yeni Masrida, S.E., yang telah mengirimkan ribuan do'a, materi, dan inspirasi untuk penulis sehingga bisa menyelesaikan tulisan ini di waktu yang tepat. Dan juga kepada keluarga besar penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan serta do'a.
2. Terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu demi penyelesaian skripsi ini, kepada Rektor UIN Suska Riau. Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M. Ag beserta jajarannya yang telah memberi kesempatan penulis menimba ilmu di Universitas ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

3. Kepada Ayahanda Dekan Dr. H. Jamaluddin, M. Us, Wakil Dekan I ibuk Dr. Rina Rehayati, MA., Wakil Dekan II bapak Dr. Afrizal Nur, MIS., dan Wakil Dekan III bapak Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., MA.
4. Ustadz Agus Firdaus Chandra, Lc., MA selaku ketua Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir beserta jajarannya yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam pengurusan yang berkaitan dengan studi penulis.
5. Ibunda Jani Arni, S. Th. I., M. Ag selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberi arahan dan masukan kepada penulis dari awal perkuliahan.
6. Terima kasih kepada bapak Dr. H. Abd Wahid, M. Us selaku dosen pembimbing I dan ustadz Agus Firdaus Chandra, Lc., MA selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas pertolongan, nasehat, motivasi, dan bimbingannya selama ini yang telah diberikan kepada penulis.
7. Terimakasih juga kepada ibu/bapak dosen yang telah memberikan materi-materi perkuliahannya. Semoga ilmu yang bapak dan ibu berikan menjadi berkah dan bermanfaat bagi penulis di dunia dan akhirat.
8. Kepada sahabat terbaik penulis yaitu Hilya Syakura yang selalu menemani penulis dari awal perkuliahan hingga sekarang ini serta selalu memberi semangat dan selalu mendengarkan keluh kesah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Kepada Irwansyah Yahya Syahputra, S.E yang selalu memberi masukan, nasehat, serta banyak membantu penulis dalam menghadapi perkuliahan. Kepada sahabat terbaik Nur Adilla, Zirly Rozani, dan sahabat seperjuangan juga Gaby Mirza Islami Chamela, Fitri Inggriyani, Veny Sofia dan Annisa Diah Rahayu yang menemani penulis dengan canda tawa dan semangatnya. Dan kepada sahabat-sahabat lainnya yaitu Dina, Aini, Ami, Eli, Eka, Mumun, Pipah, Tari, Nisa, Tari, Robi, Lisa, Wirda, Uli, Sonia, Ica my, Maulid, Ainil dan teman seperjuangan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir E angkatan 2017 yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki dalam penulisan skripsi ini, karena itu tentulah terdapat kekurangan serta kejanggalan yang memerlukan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Kepada Allah Swt penulis berdo'a semoga kebaikan dan kontribusi yang telah mereka berikan dinilai sebagai ibadah yang baik, sehingga selalu mendapat rahmat dan karunia-Nya. *Aamiin Ya Rabb al-Amin.*

Pekanbaru, 4 Agustus 2021
Penulis,

Yesa Adila
NIM. 11732200770



DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Nota Dinas	iv
Pengesahan Tim Penguji	vii
Motto dan Persembahan	
Pedoman Trasliterasi	
Pernyataan Keaslian Karya Tulis dan Hak Cipta	
Abstrak	i
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah	5
C. Identifikasi Masalah	6
D. Batasan Masalah.....	6
E. Rumusan Masalah	7
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
G. Sistematika Penelitian	8
BAB II KERANGKA TEORI	9
A. Landasan Teori.....	9
1. <i>Uff</i>	9
2. Kesehatan Mental	11
B. Tinjauan Kepustakaan	20
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Sumber Data Penelitian	24
C. Teknik Pengumpulan Data	25
D. Teknik Analisis Data	25
BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA	27
A. <i>Uff</i> dalam Al-Qur'an	27
1. Identifikasi Ayat-ayat Tentang Kata <i>Uff</i>	27
2. Penafsiran Ayat-ayat Tentang Kata <i>Uff</i>	27

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Makna Kata <i>Uff</i> dalam Al-Qur'an.....	51
B. Pengaruh Kata <i>Uff</i> Terhadap Kesehatan Mental	52
1. Pengaruh Kata <i>Uff</i> Terhadap Kesehatan Mental pada Surah al-Isra' Ayat 23	52
2. Pengaruh Kata <i>Uff</i> Terhadap Kesehatan Mental pada Surah al-Anbiya' Ayat 67	53
3. Pengaruh Kata <i>Uff</i> Terhadap Kesehatan Mental pada Surah al-Ahqaf Ayat 17.....	55
BAB V PENUTUP	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada hakikatnya, manusia adalah makhluk sosial. Manusia akan senantiasa dan selalu berhubungan dengan orang lain. Manusia tidak mungkin hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. Sebagai makhluk sosial manusia mempunyai lingkungan sosial, merujuk pada lingkungan dimana seorang individu melakukan interaksi sosial dengan keluarga, dengan teman dan kelompok sosial yang lebih besar.

Dalam berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain harus menjaga tutur kata yang baik agar tidak menyinggung perasaan seseorang yang dapat mengakibatkan hatinya sakit. Dalam membiasakan berkata baik atau berdiam dari perkataan buruk menjadi sifat mukmin sejati. Sebaliknya, perkataan buruk memiliki efek dan tempat yang buruk dalam Islam.¹ Semisalnya dari perkataan buruk tersebut ialah perkataan yang mencela, mencaci, dan sejenisnya. Dari contoh perkataan buruk tersebut akan mengakibatkan fatal apabila seseorang salah dalam menggunakannya dan menimbulkan perpecahan, permusuhan dan menanamkan kebencian.

Zaman sekarang banyak orang yang tidak bisa menjaga ucapannya terutama kepada orang yang lebih tua dari kita. Padahal kita dianjurkan untuk berkata kepada mereka dengan perkataan yang baik dan sopan. Dalam konteks kehidupan orang dewasa, berbicara yang baik dan enak didengar bisa membuat hubungan menjadi intim dan akrab. Sebaliknya berbicara yang sering tidak wajar akan beresiko menebar racun permusuhan.² Apakah lagi orang yang lebih tua tersebut ialah kedua orang tua kita sendiri, maka sebagai seorang anak harus berbuat baik kepada kedua orang tua dan menghormatinya.

¹ Ach. Puniman, "Keutamaan Menjaga Lisan dalam Perspektif Hukum Islam", *Jurnal Yustitia*, Vol. 19 No. 2, (Desember 2018), hlm. 212.

² Syafnan, "Panduan Komunikasi untuk Berbicara yang Mendidik (Rekondisi Kajian Psikologi dan Akhlak)", *Jurnal Darul Ilmi*, Vol. 2 No. 2, (Juli 2014), hlm. 130.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Sarif Kasim Riau

Menghormati orang tua sangat ditekankan dalam Islam. Islam telah mengajarkan umat muslim agar taat dan berbakti kepada orang tua, mengingat banyak dan besarnya pengorbanan serta kebaikan orang tua terhadap anaknya, yaitu memelihara dan mendidik sejak kecil tanpa perhitungan biaya yang sudah dikeluarkan dan tidak mengharapkan balasan sedikitpun dari anak, meskipun anak sudah mandiri dan berkecukupan tetapi orang tua tetap memperlihatkan kasih sayangnya. Oleh karena itu, seorang anak memiliki macam-macam kewajiban terhadap orang tuanya menempati urutan kedua setelah Allah Swt, dan dilarang untuk durhaka kepada orang tua.³

Al-Qur'an telah menjelaskan agar kiranya umat muslim dapat menjaga adab kepada orang tua. Salah satunya dengan cara menjaga perkataan yang baik kepadanya, tidak berkata kasar. Ini dipertegas dalam surah al-Isra' ayat 23, mengenai istilah "أَفٍّ" "uff" yang diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia artinya lebih kurang pernyataan "ah" redaksinya sebagai berikut:

﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَهَرَّهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ۖ﴾

"Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik."⁴

Menurut Imam Muhammad bin Ali bin Muhammad Asy-Syaukani dalam kitab *Tafsir Fathul Qadir*, di dalam ayat ini dijelaskan bahwa setelah Allah *subhana wa ta'ala* menyebutkan unsur utama (tauhid), selanjutnya

³ Fika Pijaki Nufus, dkk., "Konsep Pendidikan Birrul Walidain dalam QS. Luqman (31): 14 dan QS. Al-Isra (17): 23-24", *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA*, Vol. 18 No. 1, (Agustus 2017), hlm. 17.

⁴ www.qurankemenag.go.id

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

disusul dengan menyebutkan syiar-syiar dan syari'at-syari'at bahwa Allah Swt memerintahkan kepada hamba-Nya untuk menyembah hanya kepada-Nya saja. Kemudian disusul dengan perintah untuk berbuat baik kepada kedua orang tua yakni berbuatlah baiklah kepada keduanya dengan sebaik-baiknya. Dijadikannya seorang anak berbuat baik kepada kedua orang tua sebagai penyerta tauhidullah dan ibadah kepada-Nya merupakan pernyataan yang menegaskan hak keduanya dan keharusan memelihara perihal keduanya.⁵

Dan Allah Swt lalu mengkhususkan penyebutan kondisi lanjut usia, karena dalam kondisi itu kedua orang tua lebih memerlukan bakti anak. Seorang anak diperintahkan janganlah sekali-kali kamu mengatakan “ah” kepada salah seorang dari keduanya, baik ketika bersama maupun sendiri-sendiri. Kemudian janganlah kamu berkata-kata kepada keduanya dengan kerisauan di hadapan keduanya. Dan ucapkanlah kepada mereka perkataan lembut yang sangat baik, yang disertai dengan kesopanan, rasa malu, dan kesantunan.⁶

Di dalam ayat ini disebut kata “*uffin*”. Abu Raja'al-Atharidi mengatakan bahwa arti *uffin* ialah kata-kata yang mengandung kejengkelan dan kebosanan, meskipun tidak keras diucapkan. Sedangkan ahli bahasa mengatakan bahwa kalimat *uffin* itu asal artinya ialah daki hitam dalam kuku. Lalu Mujahid menafsirkan ayat ini. Kata beliau: “Artinya ialah jika engkau lihat salah seorangnya atau keduanya telah berak atau kencing dimana maunya saja, sebagaimana yang engkau lakukan di waktu kecil, janganlah engkau mengeluarkan kata yang mengandung keluhan sedikit pun.” Sebab itu maka kata *uffin* dapatlah diartikan mengandung keluhan, jengkel, decas mulut, akh! Kerut kening dan sebagainya. Jelaslah bahwa sifat kecewa dan jengkel yang sekecil apapun itu hendaklah dihindari.⁷

⁵ Al Imam Muhammad bin Ali bin Muhammad Asy-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir*, Jilid 6, Terj. Amir Hamzah Fachruddin, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2011), hlm. 535.

⁶ *Ibid.*, hlm. 535-538.

⁷ Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 2001), hlm. 4031-4032.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Dilihat dari penggunaan *uff* kata ini juga menarik, karena kata *uff* ini dilarang digunakan oleh seorang anak terhadap kedua orang tuanya. Akan tetapi kata *uff* ini juga digunakan oleh Nabi Allah Swt yakni Nabi Ibrahim A.s kepada kaumnya. Sebagaimana firman Allah Swt :

أَفِ لَكُمْ وَلِمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ

“Celakalah kamu dan apa yang kamu sembah selain Allah! Tidakkah kamu mengerti?”⁸

Az-Zamakhshary menyatakan dalam tafsirnya: Kata-kata *uffin* adalah kalimat yang menyatakan jengkel. Ibrahim jengkel setelah melihat mereka masih saja berkeras mempertahankan pemujaan kepada berhala-berhala itu sesudah alasan mereka terputus tidak dapat dipertahankan lagi, dengan jelasnya yang hak dan tersungkur jatuhnya yang bathil.⁹

Kata *uff* dalam Al-Qur'an bermakna ungkapan kejengkelan atau kekesalan dalam bahasa Indonesia kata *uff* memiliki arti kata “ah” atau “cis!”, kata tersebut memang pendek namun dari perkataan “ah” dan “cis!” tersebut akan menyinggung perasaan orang yang mendengarnya. Apalagi yang mengungkapkan adalah seorang yang memiliki kedudukan dibawah orang yang menjadi tujuan dari ucapan tersebut karena perkataan “ah” dan “cis!” merupakan perkataan yang amat rendah. Dan yang paling dilarang dalam mengucapkan kata “ah” dan “cis!” ini adalah seorang anak kepada orang tuanya, karena derajat orang tua sangatlah tinggi dan orang tua sangat berjasa kepada anaknya apakah lagi orang tuanya sudah memasuki usia lanjut. Maka tak sepatutnya seorang anak mengucapkan perkataan paling rendah itu kepada kedua orang tuanya. Apabila kata itu diucapkan kepada kedua orang tua maka akan menyebabkan hati orang tua menjadi sakit ataupun sedih dan membuat orang tua menjadi kepikiran karna perlakuan seorang anak terhadap mereka yang merawatnya dengan ketidak ikhlasan.

⁸ www.qurankemenag.go.id

⁹ Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6, Op. Cit., hlm.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam literatur Psikologi, ditemukan pengertian kesehatan mental. Kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedurnya untuk mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa senang, aman dan tentram.¹⁰ Sedangkan orang yang tidak merasa tenang, aman serta tentram dalam hatinya adalah orang yang sakit rohaninya atau mentalnya.

Tidak seorangpun yang tidak ingin menikmati ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup. Dan semua orang akan berusaha mencarinya, meskipun tidak semua dapat mencapai yang diinginkan itu bermacam sebab dan rintangan yang mungkin terjadi, sehingga banyak orang yang mengalami kegelisaan, kecemasan dan ketidakpuasan.¹¹

Berdasarkan uraian di atas, hal ini menjadi sangat menarik dimana kata *uff* yang cenderung bermuatan negatif ini disatu sisi dilarang penggunaannya dari seorang anak kepada orang tua, namun disisi lain digunakan seorang Nabi kepada kaumnya. Lalu bagaimana pengaruh dari kata *uff* tersebut terhadap kesehatan mental. Atas dasar pemikiran di atas, maka penulis tertarik untuk membahas tentang kata *uff* yang tertuang dalam judul **“Makna Kata Uff dalam Al-Qur’an dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental”**

B. Penegasan Istilah

Untuk menghindari berlakunya kekeliruan dan kesalahpahaman dalam memahami judul skripsi ini, maka penulis merasa perlu menegaskan istilah kata kunci yang terdapat dalam judul, sebagai berikut :

1. *Uff* (أُفّ)

Kata *uff* (أُفّ) berasal dari *affa* - *ya’uffu* - *uffan* (أُفّ - يُأُفّ - أُفّ).

Kata *uff* tersebut dengan arti sebagai ungkapan rasa jengkel dan kemudian pengertian ini berkembang dengan arti kotor.¹²

¹⁰ Akmal Hawi, *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hlm. 67.

¹¹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), hlm. 15.

¹² M. Quraish Shihab dan Sahabuddin, *Ensiklopedia Al-Qur’an: Kajian Kosakata*, Jilid 3 (O-Z), (Jakarta: Lentera Hati, 2007), hlm. 1028.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang.¹³

3. Kesehatan Mental

Kesehatan berasal dari kata sehat, yang berarti baik seluruh badan serta bagian-bagiannya, waras, baik dan normal (pikiran).¹⁴ Adapun Mental yang berarti sesuatu yang ada pengaruh yang menyangkut dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga.¹⁵

C. Identifikasi Masalah

Permasalahan dalam penelitian yang penulis ajukan dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut:

1. Bagaimana pandangan Al-Qur'an terhadap perkataan *uff* tersebut.
2. Bagaimana dampak yang timbul terhadap perasaan orang tua dengan kata *uff* tersebut.
3. Bagaimana dampak *uff* jika diucapkan oleh orang yang memiliki kedudukan tinggi.
4. Bagaimana pengaruhnya kata *uff* terhadap kesehatan mental.

D. Batasan Masalah

Sebagaimana yang sudah dijelaskan di atas agar pembahasan tidak meluas, dalam skripsi ini penulis membatasi permasalahan yang dikaji dengan menitikberatkan mengenai makna kata *uff* dalam Al-Qur'an menurut para mufassir dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental. Kemudian penulis telah menemukan ayat-ayat dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan kata *uff* berdasarkan penelusuran penulis dalam kitab *Mu'jam al-Mufahras li al-Fazh*

¹³ Pius Abdillah & Danu Prasetya, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Arloka, 2001), hlm. 256.

¹⁴ Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 1284.

¹⁵ *Ibid.*, hlm. 942.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

al-Qur'an, ditemukan 3 ayat dari surah-surah *makiyyah* dalam Al-Qur'an, yaitu diantaranya: surah al-Isra' ayat 23, surah al-Anbiya' ayat 67, surah al-Ahqaf ayat 17. Dua ayat menjelaskan hubungan anak dengan orang tua yaitu surah al-Isra' ayat 23 dan al-Ahqaf ayat 17 dan satu ayat lagi menjelaskan tentang hubungan Nabi Ibrahim A.s dengan kaumnya yaitu surat al-Anbiya' ayat 67. Selanjutnya, dalam penelitian ini penulis hanya fokus membatasi penafsiran dari tafsir *Fathul Qadir* karya Imam Muhammad bin Ali bin Muhammad Asy-Syaukani, tafsir *al-Maraghi* karya Ahmad Mustafa Al-Maraghi, tafsir *al-Azhar* karya Haji Abdul Malik Karim Amrullah, dan tafsir *al-Munir* karya Prof. Dr. Wahbah Az-Zuhaili, karena setelah ditelaah dari keempat tafsir tersebut memiliki corak yang tepat untuk pembahasan yang akan penulis teliti.

E. Rumusan Masalah

Dari beberapa uraian yang penulis kemukakan pada bagian latar belakang tersebut, penulis dapat merumuskan permasalahannya sebagai berikut:

1. Bagaimana makna kata *uff* dalam Al-Qur'an menurut para mufasssir?
2. Bagaimana pengaruh kata *uff* terhadap kesehatan mental?

F. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka dapat diketahui tujuan penelitian sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui dan memahami makna kata *uff* dalam Al-Qur'an menurut para mufasssir.
- b. Untuk menjelaskan bagaimana dengan kata *uff* yang diarahkan Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental.

2. Manfaat Penelitian

Penulis mengharapkan dari penelitian ini bisa memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

- a. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya *khazanah* keilmuan dan bisa memberikan kontribusi pengetahuan khususnya di bidang tafsir mengenai makna *uff* dalam Al-Qur'an.
- b. Secara praktis, dari hasil penelitian ini bisa memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada masyarakat luas terutama kepada kaum muslimin tentang makna *uff* yang sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental.

G. Sistematika Penelitian

Sistematika penulisan merupakan kerangka penelitian yang digunakan untuk memberikan gambaran dan petunjuk tentang pokok-pokok yang akan dibahas dalam penelitian ini. Untuk memudahkan pemahaman dan mendapatkan gambaran yang jelas tentang isi penelitian ini, maka penulis menyusun sistematika penelitian sebagai berikut:

Bab I, merupakan pendahuluan yang mencakup latar belakang, penegasan istilah, identifikasi masalah, batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penelitian.

Bab II, berisikan kerangka teori yang membahas tinjauan umum tentang kata *uff* dalam Al-Qur'an yang meliputi definisi *uff*, definisi kesehatan mental, prinsip-prinsip kesehatan mental, hal-hal yang dapat mempengaruhi gangguan kesehatan mental, dan tanda-tanda kesehatan mental dalam Islam. Serta tinjauan kepustakaan yang berisi kajian penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian penulis saat ini.

Bab III, merupakan metode penelitian yang meliputi jenis penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

Bab IV, merupakan penyajian dan analisis data yang berisikan tentang makna *uff* dalam Al-Qur'an serta bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan mental.

Bab V, merupakan bagian penutup yang memuat kesimpulan dan diakhiri dengan saran.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II KERANGKA TEORI

A. Landasan Teori

1. Uff

a. Defenisi Uff

Kata *uff* (أُفُّ) berasal dari *affa – ya'uffu – uffan* (أَفَّ - يَأُفُّ - أُفُّ).

Menurut Kamus Bahasa Arab karya Al-Munawwir, kata *uff* (أُفُّ) bermakna potongan kuku atau kotoran kuku. Dalam kamus Bahasa Arab, ahli bahasa mengatakan bahwa kata *uff* (أُفُّ) asal maknanya daki hitam dalam kuku.¹⁶

Menurut Ibnu Faris di dalam bukunya *Mu'jam Maqayisil-Lughah*, kata *uff* (أُفُّ) mempunyai dua arti, yang satu berarti 'jengkel (tidak senang)', dan yang lain berarti 'waktu'. Menurut, Abu Duraid, kata *affa – ya'uffu – uffan* (أَفَّ - يَأُفُّ - أُفُّ) di pakai apabila orang menggerutu karena jengkel atau sedih. *Rajulun affaf* (رَجُلٌ أَفَّافٌ) berarti 'orang yang banyak menggerutu'. Al-Farra' menyebutkan bahwa kata *uff* berarti 'suara', sedangkan al-Khalil mengatakan bahwa *al-uff* (الْأُفُّ) dan *at-tuff* (التُّفُّ) salah satunya berarti 'kotoran telinga' dan lainnya berarti 'kotoran kuku'. Selanjutnya Ibnu al-Arabi menjelaskan bahwa kata *al-afaf* (الْأَفَّافُ) berarti 'gerutuan' atau 'kejengkelan'.¹⁷

Sementara itu al-Ashfani seorang ahli bahasa al-Qur'an, menyebutkan di dalam bukunya *al-Mufradat fi Gharibil-Qur'an*, kata

¹⁶ Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Arab Indonesia*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1984), hlm.30.

¹⁷ M. Quraish Shihab dan Sahabuddin, *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*, Jilid 3 (O-Z), *Op. Cit.*, hlm. 1028.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

al-uff berasal dari makna yang menunjukkan ‘segala yang kotor’, di antaranya kotoran kuku.¹⁸

Dari pengertian-pengertian di atas ternyata kata *uff* pertama kali digunakan dengan dua pemahaman, yang satu berarti jengkel dan yang lain berarti saat, kemudian pengertian ini berkembang dengan arti ‘kotoran’.¹⁹

Dapat disimpulkan bahwa berdasarkan keterangan ayat-ayat yang memuat kata *uff* itu, Al-Qur’an menggunakan kata tersebut dengan arti sebagai ungkapan rasa jengkel. Satu ayat mengandung perintah berbuat baik kepada orang tua dan melarang mendurhakai mereka, yakni surah al-Isra’ ayat 23,

إِنَّمَا يَنْبَغُ عِنْدَكَ الْكِبَرُ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفٍّ وَلَا تَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

*“Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan ‘uff’ dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia.”*²⁰

Sedangkan ayat yang satu lagi menggambarkan orang yang durhaka kepada orang tua, yaitu di dalam surah al-Ahqaf ayat 17, وَالَّذِي

قَالَ لَوْلَيْهِ أَفٌّ لَّكُمَا = dan orang yang berkata kepada dua orang ibu

bapaknya, “Cis” bagi kamu keduanya). Jadi, kedua ayat itu berkaitan dengan ibu-bapak. Tetapi firman Allah Swt pada surah al-Anbiya’ ayat

أَفٍّ لَّكُمْ وَلِمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ 67 ditujukan kepada orang musyrik,

أَفٍّ لَّكُمْ وَلِمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ = Ah [celakalah] kamu dan apa yang kamu sembah selain Allah.

Maka, apakah kamu tidak memahaminya?²¹

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Ibid.

²⁰ Ibid., hlm. 1029.

²¹ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Maka dapat dipahami dari definisi-definisi kata *uff* di atas ialah, makna *uff* memiliki makna yang amat rendah, buruk, kotor dan sebagainya. Dan kata *uff* menunjukkan orang yang mengucapkan kata *uff* tersebut bahwasanya ia menunjukkan dirinya sedang merasakan jengkel atau kesal terhadap situasi atau keadaan.

2. Kesehatan Mental

a. Definisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan dua kata yang dialih bahasakan dari istilah *Mental Hygiene*. Kata mental diambil dari bahasa Yunani, pengertiannya sama dengan psyche dalam bahasa Latin yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. Jadi istilah mental hygiene dimaknakan sebagai kesehatan mental atau jiwa yang dinamis bukan statis karena menunjukkan adanya usaha peningkatan.²²

Menurut para ahli, Kesehatan mental merupakan terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.²³

Fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup, harus dapat saling membantu dan bekerja sama satu sama lain, sehingga dapat dikatakan adanya keharmonisan, yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik).²⁴

Menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat mengartikan bahwa Kesehatan mental sebagai terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri sendiri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya,

²² Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam", *Jurnal Syifa' MEDIKA*, Vol. 3 No. 2, (Maret 2013), hlm. 119.

²³ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, *Op. Cit*, hlm. 13.

²⁴ *Ibid*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia di dunia dan akhirat.²⁵

Ilmu kesehatan mental ini erat hubungannya dengan tekanan-tekanan batin, konflik-konflik pribadi, dan kompleks-kompleks terdesak yang terdapat pada diri manusia. Tekanan-tekanan batin dan konflik-konflik pribadi itu sering sangat mengganggu ketenangan hidup seseorang, dan kerap kali menjadi pusat-pengganggu (*storing centrum*) bagi ketenangan hidup.²⁶

Maka dapat disimpulkan dari definisi di atas bahwa kesehatan mental dapat diartikan dengan suatu keadaan seseorang yang tidak mengalami gangguan psikis serta keadaan seseorang yang memiliki jiwa yang sehat, selalu merasa senang, aman, tentram dan dapat menyesuaikan terhadap dirinya sendiri, lingkungan sosialnya bahkan Tuhannya.

b. Tolak Ukur dan Kriteria Kesehatan Mental

Daradjat menyatakan bahwa untuk mengetahui apakah seseorang terganggu mentalnya atau tidak bukanlah hal yang mudah, sebab tidak mudah diukur, diperiksa ataupun dideteksi dengan alat-alat ukur seperti halnya dengan kesehatan jasmani/badan. Bisa dikatakan bahwa kesehatan mental adalah relatif, dalam arti tidak terdapat batas-batas yang tegas antara wajar dan menyimpang, maka tidak ada pula batas yang tegas antara kesehatan mental dengan gangguan kejiwaan. Keharmonisan yang sempurna di dalam jiwa tidak ada, yang diketahui adalah seberapa jauh kondisi seseorang dari kesehatan mental yang normal.²⁷

²⁵ Yahya Jaya, *Peranan Taubat dan Maaf dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhana, 1992), hlm. 15.

²⁶ Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000), hlm. 4.

²⁷ Dawan Mahmud, dkk., "Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa UIN Walisongo Semarang", *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 35 No. 1, (Januari-Juni 2015), hlm. 44-45.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ada beberapa ahli yang berusaha merumuskan tolak ukur kesehatan mental seseorang salah satunya ialah Bastaman, dengan kriteria-kriteria sebagai berikut:

- 1) Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- 2) Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
- 3) Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
- 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari.²⁸

Di pihak lain Organisasi Kesehatan se-Dunia (WHO, 1959) memberikan kriteria jiwa atau mental yang sehat, adalah sebagai berikut :²⁹

- 1) Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan, meskipun kenyataan itu buruk baginya.
- 2) Memperoleh kepuasan dari hasil jerih payah usahanya.
- 3) Merasa lebih puas memberi daripada menerima.
- 4) Secara relatif bebas dari rasa tegang dan cemas.
- 5) Berhubungan dengan orang lain secara tolong menolong dan saling memuaskan.
- 6) Menerima kekecewaan untuk dipakainya sebagai pelajaran untuk di kemudian hari.
- 7) Menjuruskan rasa permusuhan kepada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif.
- 8) Mempunyai rasa kasih sayang yang besar.

WHO (1984) telah menyempurnakan batasan sehat dengan menambahkan satu elemen spiritual (agama) sehingga sekarang ini yang dimaksud dengan sehat adalah tidak hanya sehat dalam arti fisik,

²⁸ Ibid., hlm. 45.

²⁹ Dadang Hawari, "Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa", (Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), hlm. 12-13.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

psikologik dan sosial, tetapi juga sehat dalam spiritual/agama (empat dimensi sehat : bio-psiko-sosio-spiritual).³⁰

c. Prinsip-prinsip Kesehatan Mental

Mengenai prinsip-prinsip kesehatan mental, menurut Maslow dan Mittlemen, menguraikan pandangannya dengan menyebut *manifestation of psychological health*. Maslow menyebut kondisi yang sehat secara psikologis itu dengan istilah *self actualization* sekaligus sebagai puncak kebutuhan dari teori hierarki kebutuhan yang disusunnya. Manifestasi mental yang sehat (secara psikologis) menurut Maslow dan Mittlemenn tercermin dari sepuluh dimensi kesehatan mental yakni sebagai berikut :³¹

- 1) *Adequate feeling of security* (rasa aman yang memadai). Perasaan merasa aman dalam hubungan dengan pekerjaan, sosial, dan keluarganya.
- 2) *Adequate self evolution* (kemampuan nilai diri sendiri yang memadai), yang mencakup :
 - a) Memiliki harga diri yang memadai dan merasa ada nilai yang sebanding antara keadaan diri yang sebenarnya (potensi diri) dengan prestasinya.
 - b) Memiliki perasaan berguna akan diri sendiri, yaitu perasaan yang secara moral masuk akal, dan tidak diganggu oleh rasa bersalah yang berlebihan dan mampu mengenai beberapa hal yang secara sosial dan personal tidak dapat diterima oleh kehendak umum yang selalu ada sepanjang kehidupan di masyarakat.
- 3) *Adequate spontaneity and emotionality* (memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain), hal yang ditandai oleh kemampuan membentuk ikatan emosional secara kuat dan abadi,

³⁰ *Ibid.*, hlm. 13.

³¹ Zulkarnain dan Siti Rahmah, "Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam", *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, Vol. 10 No. 1, tahun 2019, hlm. 27.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seperti hubungan persahabatan, dan cinta. Mampu mengekspresikan ketidaksukaan, ketidaksetujuan tanpa kehilangan kontrol. Kemampuan pua memahami dan membagi perasaan kepada orang lain, kemampuan menyenangkan diri sendiri.

- 4) *Efficient contact with reality* mempunyai kontak yang efisien dengan realitas) kontak ini mencakup tiga aspek yaitu dunia fisik, sosial, dan diri sendiri.
- 5) *Adequate self knowledge* mempunyai kemampuan pengetahuan pengetahuan yang wajar.
- 6) *Integration and consistency of personality* (kepribadian yang utuh dan konsisten).
- 7) *Adequate of life goal* (memiliki tujuan hidup yang wajar).
- 8) *Ability to learn from experience* (kemampuan belajar dari pengalaman).
- 9) *Ability to satisfy to requirements of the group* (kemampuan memuaskan tuntutan kelompok).
- 10) *Adequate emancipation from the group or culture* (mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok dan budaya).

d. Hal-hal yang Dapat Mempengaruhi Gangguan Kesehatan Mental

Menurut Zakiah Daradjat, gangguan kesehatan mental dapat mempengaruhi :³²

- 1) Perasaan; misalnya cemas, takut, iri dengki, sedih tak beralasan, marah oleh hal-hal remeh, bimbang, merasa diri rendah, sombong, tertekan (frustasi), pesimis, putus asa dan apatis.
- 2) Pikiran; kemampuan berpikir kurang, sukar memusatkan perhatian, mudah lupa, tidak dapat melanjutkan rencana yang telah dibuat.

³² Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, Cet. VIII (Jakarta: PT. Toko Gunung Agung, 1996), hlm. 9.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Kelakuan; nakal, pendusta, menganiaya diri atau orang lain, menyakiti badan orang atau dirinya dan berbagai kelakuan menyimpang lainnya.
- 4) Kesehatan tubuh; penyakit jasmani yang tidak disebabkan oleh gangguan pada jasmani.

e. Tanda-tanda Kesehatan Mental dalam Islam

Tanda-tanda kesehatan mental, menurut Muhammad Mahmud, terdapat sembilan macam, diantaranya³³:

- 1) Kemapanan (*al-sakinah*), ketenangan (*al-thuma'ninah*), dan rileks (*al-rahah*) batin dalam menjalankan kewajiban, baik kewajiban terhadap dirinya, masyarakat, maupun Tuhan.

Az-Zuhaili dalam Tafsirnya memberi arti “sakinah” dengan ketetapan atau ketenangan (*al-tsabat* dan *al-thuma'ninah*) jiwa dari segala kecemasan (*Al-qalaq/anxiety*) dan kesulitan atau kesempitan batin (*Idtirar*).

Pengertian “ketenangan” di dalam istilah sakinah tidak berarti statis atau tidak bergerak, sebab dalam “sakinah” terdapat aktivitas yang disertai dengan perasaan tenang, seperti orang yang melakukan kerja disertai rasa ketenangan. Apabila istilah sakinah memiliki arti statis dan tidak bergerak berarti jiwa manusia tidak akan berkembang, yang hal itu menyalahi hukum-hukum perkembangan.

Sedangkan *rileks* (*rahah*) merupakan akibat dari *sakinah* dan *thuma'ninah*, yaitu keadaan batin yang santai, tenang, dan tanpa adanya tekanan emosi yang kuat, meskipun mengerjakan pekerjaan yang amat berat. Kondisi rileks memiliki korelasi yang signifikan dengan kesucian batin. Jika batin bersih laksana cermin, maka setitik noda yang menempel di dalamnya, segera diketahui dan mudah untuk dihapus.

³³ Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002), hlm. 136-144.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2) Memadai (*al-kifayah*) dalam beraktifitas. Seseorang yang mengenal potensi, keterampilan, dan kedudukannya secara baik maka ia dapat bekerja dengan baik pula, dan hal itu merupakan tanda dari kesehatan mentalnya. Sebaliknya, seseorang yang memaksa menduduki jabatan tertentu dalam bekerja tanpa diimbangi kemampuan yang memadai maka hal itu mengakibatkan tekanan batin, yang pada saatnya mendatangkan penyakit mental.
- 3) Menerima keberadaan dirinya dan keberadaan orang lain. orang yang sehat mentalnya adalah orang yang menerima keadaan sendiri, baik berkaitan dengan kondisi fisik, kedudukan, potensi, maupun kemampuannya, karena keadaan itu merupakan anugerah (*fadhil*) dari Allah Ta'ala untuk menguji kualitas kerja manusia.
- 4) Adanya kemampuan untuk memelihara atau menjaga diri. Artinya, kesehatan mental seseorang ditandai dengan kemampuan untuk memilah-milah dan mempertimbangkan perbuatan yang akan dilakukan.
- 5) Kemampuan untuk memikul tanggung jawab, baik tanggungjawab keluarga, sosial, maupun agama. Tanggung jawab menunjukkan kematangan diri seseorang, sekaligus sebagai tanda-tanda kesehatan mentalnya.
- 6) Memiliki kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan yang diperbuat. Berkorban berarti kepedulian diri seseorang untuk kepentingan bersama dengan cara memberikan sebagian kekayaan atau kemampuannya. Sedang menebus kesalahan artinya kesadaran diri akan kesalahan yang diperbuat, sehingga ia berani menanggung segala resiko akibat kesalahannya, kemudian ia senantiasa berusaha memperbaikinya agar tidak melakukan kesalahan yang sama untuk kedua kalinya. Kedua persoalan ini dianggap sebagai tanda kesehatan mental, sebab apa yang dimiliki manusia, baik berupa jiwa-raga atau kekayaan, hanyalah *amanah* Allah Swt semata.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 7) Kemampuan individu untuk membentuk hubungan sosial yang baik yang dilandasi sikap saling percaya dan saling mengisi. Hal itu dianggap sebagai tanda kesehatan mental, sebab masing-masing pihak merasa hidup tidak sendiri. Pergaulan hidupnya dilandasi oleh sikap saling percaya dengan mengenyampingkan sikap saling curiga, buruk sangka, iri hati, cemburu, adu domba. Dengan demikian maka hidupnya tidak menjadi salah tingkah, tidak asing di lingkungannya sendiri, dan hidupnya mendapatkan simpati dari lingkungan sosial.
- 8) Memiliki keinginan yang realistis, sehingga dapat diraih secara baik. Keinginan yang tidak masuk akal akan membawa seseorang ke jurang angan-angan, lamunan, kegilaan dan kegagalan. Keinginan yang baik adalah keinginan yang dapat mencapai keseimbangan dan kebahagiaan dunia dan akhirat.
- 9) Adanya rasa kepuasan, kegembiraan (*al-farh* atau *al-surur*) dan kebahagiaan (*al-sa'adah*) dalam mensikapi atau menerima nikmat yang diperoleh. Kepuasan dan kebahagiaan dikatakan sebagai tanda-tanda kesehatan mental, sebab individu merasa sukses, telah terbebas dari segala beban, dan terpenuhi kebutuhan hidupnya.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Daradjat kesehatan mental seseorang dipengaruhi oleh dua faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Yang termasuk faktor internal antara lain: kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagamaan, sikap menghadapi problema hidup, dan keseimbangan dalam befikir. Adapun yang termasuk faktor eksternal antara lain: keadaan ekonomi, budaya, dan kondisi lingkungan, baik lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan pendidikan.³⁴

³⁴ Baldi, Bukhori, “Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup”, *Jurnal Psikologika*, Vol. XI No. 22, (Juli 2006), hlm. 98.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Di antara kedua faktor di atas, yang paling dominan pengaruhnya adalah faktor internal dibandingkan dengan faktor eksternal. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Daradjat, bahwa sesungguhnya ketenangan hidup, ketenteraman jiwa atau kebahagiaan batin, tidak banyak tergantung kepada faktor-faktor luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan, dan sebagainya; akan tetapi lebih tergantung kepada cara dan sikap menghadapi faktor-faktor tersebut.³⁵

Dari berbagai sumber data yang ditemukan, faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental dapat diklasifikasikan menjadi empat dimensi, yaitu faktor fisik biologis, psikologis, lingkungan dan sosial budaya :³⁶

1) Faktor fisik biologis

Menurut Moeljono Notosoedirdjo beberapa aspek fisik biologis yang secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental di antaranya adalah otak, sistem endoktrin, genetik (keturunan), sensorik, dan kondisi ibu saat hamil.

2) Faktor psikologis

Menurut Syamsu Yusuf yaitu persepsi, perasaan dan emosi, situasi, pengalaman hidup, keputusan hidup, perilaku, reaksi perlawanan, reaksi melarikan diri, dan imobilitas atau ketidakmampuan mengambil keputusan.

3) Faktor sosial budaya

Abdullah Nashih Ulwan menjelaskan faktor sosial budaya yang mempengaruhi kesehatan mental di antaranya: kemiskinan, perselisihan antara orang tua, perceraian, kekosongan waktu, pergaulan, perlakuan buruk orang tua, menonton film-film sadis

³⁵ *Ibid.*

³⁶ Muhammad Fatihul Afham dan Moh. Salapudin, "Prinsip Pendidikan Agama Islam dalam Mewujudkan Kesehatan Mental dan Good Government", *Jurnal Indo-Islamika*, Vol. 8 No. 1, (Januari-Juni 2018), hlm. 43-44.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan porno, pengangguran, kelalaian orang tua, dan yatim atau piatu.

4) Faktor lingkungan

Lingkungan fisik yang ada disekitar dapat menyebabkan tekanan-tekanan psikologis dan sangat tidak baik bagi kondisi mental. Agresivitas, stres, tekanan mental, dan sebagainya menjadi meningkat jika kondisi lingkungan fisik di sekitar sudah diambang batas normal. Lingkungan fisik yang sangat memengaruhi antara lain tata ruang, penyiaran, udara, kebisingan dan polusi. Selain itu, cuaca, peristiwa alam seperti gempa bumi, tanah longsor, banjir dan lain-lain juga turut berpengaruh pada kesehatan mental.

Kemudian ada juga pendapat faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu mengalami frustrasi (tekanan perasaan), konflik (tekanan batin), dan kecemasan.³⁷ Penelitian yang dilakukan oleh Baron dari *Institute of Personality Studies and Measurement*. Penelitian ini mengemukakan hasil-hasil yang menyentuh faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental yakni dalam keluarga-keluarga yang bersifat tentram: tentram sosial, tentram segi emosi dan tentram segi ekonomi.³⁸

B. Tinjauan Kepustakaan

Setelah penulis telaah dalam kepustakaan, mengenai judul makna *uff*, penulis tidak menemukan penelitian yang secara khusus membahas tentang makna *uff* dalam Al-Qur'an pengaruhnya terhadap kesehatan mental. Sedangkan penelitian yang memiliki tema yang berdekatan dengan tema yang penulis bahas diantaranya :

³⁷ Zulkarnain dan Siti Rahmah, "Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam", *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, Vol. 10 No. 1, Tahun 2019, hlm. 21.

³⁸ Hasan Langgulung, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pustaka Al Husna, 1992), hlm. 176-177.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Skripsi Rafiqi Mahdi (090 311 0281) tahun 2014 yang berjudul “*Etika Komunikasi Anak Terhadap Orang Tua dalam Perspektif Al-Qur’an* (Studi Komparasi Tafsir al-Azhar dan Tafsir al-Misbah tentang *Lafaz Uff* dan *Qawlan Kariman* dalam Surah al-Isra’ [17] Ayat 23)”. Adapun pembahasan dalam skripsi ini mengenai anak dituntut untuk memiliki kesabaran dalam melakukan interaksi kepada orang tua dan juga dianjurkan untuk mengganti perkataan yang menunjukkan sikap tidak hormat tersebut dengan perkataan yang memiliki makna cinta kasih kepada kedua orang tua. Dan seorang anak dituntut menggunakan komunikasi terbaik, yaitu komunikasi yang memiliki substansi ikhlas (memaafkan) terhadap segala kondisi orang tua.³⁹ Skripsi ini membahas etika komunikasi anak terhadap orang tua dalam surah al-Isra’ ayat 23, sementara dalam penelitian penulis membahas tentang bukan hanya makna *uff* pada surah al-Isra’ saja melainkan seluruh makna *uff* yang terdapat dalam Al-Qur’an.
2. Skripsi Ro’issul Ulfah Anugraini (210317117) tahun 2021 yang berjudul “*Konsep Birr al-Walidain yang Terkandung dalam Al-Qur’an Surat al-Ahqaf Ayat 15-18 Perspektif Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab*”. Skripsi tersebut membahas tentang anak wajib berbuat baik kepada kedua orang tua baik dalam ucapan maupun perbuatan dan Implementasi dari surah al-Ahqaf ayat 15-18 di era digital ini yaitu anak tidak diperbolehkan berbuat semena-mena terhadap orang tua terlebih hanya untuk memenuhi hasrat atau keinginannya dalam mengikuti tren yang sedang berkembang.⁴⁰ Dalam skripsi ini membahas tentang konsep *birr al-walidain* dalam surah al-Ahqaf ayat 15-18, sementara penulis meneliti tentang makna *uff* pada surah al-Ahqaf ayat 17 dan beberapa surat lainnya.

³⁹ Rafiqi Mahdi, “Etika Komunikasi Anak Terhadap Orang Tua dalam Perspektif Al-Qur’an (Studi Komparasi Tafsir al-Azhar dan Tafsir al-Misbah tentang *Lafaz Uff* dan *Qawlan Kariman* dalam Surah al-Isra’ [17] Ayat 23)”, *Skripsi*, Palangka Raya: STAIN Palangka Raya, 2014.

⁴⁰ Ro’issul Ulfah Anugraini, “Konsep Birr al-Walidain yang Terkandung dalam Al-Qur’an Surat al-Ahqaf Ayat 15-18 Perspektif Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab”, *Skripsi*, Ponogoro: IAIN Ponogoro, 2021.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Hassanudin Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Jurnal Uswatun Hasanah, Vol. 1 No. 1, April 2021 yang berjudul “*Tafsir Kata Uffin dalam Al-Qur’an Studi Etika Komunikasi antara Orang Tua dan Anak dalam Pandangan Masyarakat Cibogo*”. Pada jurnal ini berisikan tentang, makna *uffin* pada surah al-Isra’ ayat 23, al-Anbiya’ ayat 67 dan al-Ahqaf ayat 17 dan etika komunikasi masyarakat Cibogo. Adapun masyarakat Cibogo dalam beretika dan berkomunikasi dengan orang tuanya bisa dikatakan baik. Dari anak-anak kecil hingga dewasa dikampung Cibogo ini, tidak ada yang mengatakan kata-kata tidak sopan kepada kedua orang tuanya.⁴¹ Dari pembahasan jurnal diatas, jelas perbedaan pembahasan penelitian ini. Dalam penelitian ini penulis membahas makna *uff* dalam Al-Qur’an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental sedangkan jurnal ini membahas tafsir kata *uffin* dalam Al-Qur’an studi etika komunikasi antara orang tua dan anak dalam pandangan masyarakat Cibogo.
4. Jurnal Dawam Mahmud, dkk., Vol. 35 No. 1, Januari-Juni 2015 yang berjudul “*Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa UIN Walisongo Semarang*”. Pembahasan dalam jurnal ini adalah tentang adanya pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa UIN Walisongo Semarang, semakin tinggi pengaruh ketaatan beribadah maka semakin tinggi kesehatan mental mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Sebaliknya, semakin rendah pengaruh ketaatan beribadah maka semakin rendah pula kesehatan mental mahasiswa UIN Walisongo Semarang.⁴² Dalam jurnal di atas, meneliti tentang pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Sementara penulis membahas penelitian ini fokus pada pengaruh makna *uff* yang terdapat dalam Al-Qur’an terhadap kesehatan mental.

⁴¹ Uswatun Hasanah, “Tafsir Kata Uffin dalam Al-Qur’an Studi Etika Komunikasi antara Orang Tua dan Anak dalam Pandangan Masyarakat Cibogo”, *Jurnal JIQTAF*, Vol. 1 No. 1, (April 2021).

⁴² Dawan Mahmud, dkk., “Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa UIN Walisongo Semarang”, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 35 No. 1, (Januari-Juni 2015).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari beberapa penelitian-penelitian di atas merupakan penelitian-penelitian terdahulu, maka dari itu penulis ingin memaparkan bahwa penelitian yang dilakukan ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Tulisan mereka mengkaji tentang surah-surah yang terdapat kata *uff* di dalamnya dan juga menjelaskan makna *uff* pada penelitiannya dan pembahasan pengaruh kesehatan mental yang mengkaji tentang ketaatan beribadah. Namun yang membedakan penelitian penulis dengan penelitian-penelitian di atas ialah, fokus kajian penulis terkhusus pada makna kata *uff* dalam Al-Qur'an serta bagaimana pengaruhnya kata *uff* terhadap kesehatan mental.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan atau “*Library Research*”, yaitu teknik penelitian yang mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbagai macam materi baik berupa buku, surat kabar, majalah, jurnal, dan beberapa tulisan lain yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian ini.⁴³

Kemudian penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, yaitu suatu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan datanya dilakukan dengan cara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.⁴⁴

B. Sumber Data Penelitian

Sumber data pada penelitian ini ada dua, yaitu sumber data primer dan sumber data skunder. Data primer yaitu data yang diperoleh peneliti secara langsung. Diperoleh dengan mengumpulkan data asli, dimana dalam penelitian ini penulis mendapatkan teks yang ada dalam Al-Qur'an dan kitab tafsir yang menunjang skripsi ini. Sumber utama dalam penelitian adalah Al-Qur'an. Dan sumber primer yang lainnya adalah kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer yang bercorak *lughawi* dan *adabi ijtima'i* yakni; kitab tafsir *Fathul Qadir*, tafsir *al-Maraghi*, tafsir *al-Azhar*, dan tafsir *al-Munir* serta buku-buku yang berkaitan dengan kesehatan mental. Sedangkan data sekunder yaitu data pelengkap yang mendukung penelitian yang akan dibahas. Data sekunder ini penulis mengambil beberapa pandangan para mufassir klasik maupun modern untuk memudahkan pemahaman, buku-buku, serta karya-karya ilmiah yang sesuai dengan topik pembahasan.

⁴³ Jani Arni, *Metode Penelitian Tafsir*, (Pekanbaru: Daulat Riau, 2013), hlm. 12.

⁴⁴ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 1.

C. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam melakukan sebuah penelitian. Dalam skripsi ini, penulis menggunakan metode tafsir *maudhu'i* atau tematik yaitu suatu cara menafsirkan Al-Qur'an dengan membahas ayat-ayat Al-Qur'an berdasarkan dengan tema yang telah ditetapkan. Semua ayat yang berkaitan dengan topik atau tema dikumpulkan, kemudian dikupas secara mendalam dan tuntas berbagai aspek yang terkait, seperti asbab al-nuzul, munasabah, dan lain-lain.⁴⁵ Teknik pengumpulan data yang penulis lakukan dalam penelitian perpustakaan ini, berdasarkan teknik yang ditulis oleh Abd Hayy al-Farmawi yaitu sebagai berikut:

1. Memilih atau menetapkan masalah Al-Qur'an yang akan dikaji secara *maudhu'i*.
2. Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah yang telah ditetapkan.
3. Menyusun ayat-ayat tersebut secara runtut menurut kronologis masa turunnya, disertai pengetahuan tentang latar belakang turunnya ayat.
4. Memahami korelasi (*munasabah*) ayat-ayat tersebut di dalam masing-masing suratnya.
5. Menyusun tema bahasan di dalam kerangka yang sistematis.
6. Melengkapi penjelas ayat dengan hadits-hadits nabi.
7. Menganalisa ayat-ayat tersebut secara tematik dan menyeluruh dengan cara menghimpun ayat-ayat yang mengandung pengertian serupa.⁴⁶

D. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil bahan-bahan literatur yang dijadikan sebagai rujukan penelitian, sehingga mudah dipahami dan penelitian tersebut

⁴⁵ Nasaruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), hlm. 151.

⁴⁶ Abdul Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i Suatu Pengantar*, Terj. Suryan A. Jamrah, (Jakarta: PT. Grafindo Persada: 1996), hlm. 45-46.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, kemudian membuat kesimpulan.⁴⁷

Teknik yang dipergunakan dalam menganalisa data penelitian adalah deskriptif, yakni menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Proses analisa data dimulai dengan menyusun asumsi dasar dan aturan berpikir yang akan digunakan dalam penelitian. Asumsi dasar dan aturan berpikir tersebut selanjutnya diuraikan secara jelas dan komprehensif untuk memberikan penjelasan dan argumentasi. Pada penelitian ini analisa data dikumpulkan melalui Al-Qur'an, kitab-kitab tafsir, kitab-kitab hadits, buku-buku, dan literatur, kemudian disajikan sesuai dengan pokok permasalahan yang ada sehingga bisa ditarik suatu kesimpulan. Hal ini disebabkan oleh adanya penerapan teknik kualitatif yang mempunyai sifat induktif yaitu pengembangan konsep yang didasarkan atas data yang ada.

⁴⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2020), hlm. 130.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pokok masalah dan sub-sub masalah yang telah diteliti dalam skripsi ini, dan kaitannya dengan pembahasan yang ada, maka dapat dipaparkan kesimpulan mengenai makna kata *uff* dalam Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental adalah sebagai berikut:

1. Kata *uff* secara bahasa dapat diartikan sebagai sesuatu makna yang amat rendah kotor, buruk dan sebagainya. Kata *uff* merupakan ungkapan kekesalan seseorang yang tidak terima dengan sesuatu hal atau kondisi dimana seseorang muak dengan keadaan. Adapun pendapat keempat mufassir dalam Al-Qur'an yakni pada surah al-Isra' ayat 23, al-Anbiya' ayat 67 dan al-Ahqaf ayat 17 mengenai kata *uff* ialah para mufassir hampir sama dalam memaknai *uff* dalam ketiga surah ini dengan kata-kata yang buruk, busuk, ataupun tercela. Dan dalam pengucapan kata *uff* ini dari keempat tafsir tersebut juga hampir memiliki kesamaan makna bahwa ungkapan *uff* dilontarkan karena bentuk dari kerisauan, keberatan, kegelisahan, gusar atau marah, keluhan, kebosanan, muak, kejengkelan, kekesalan, kejemuan, dan memandang rendah.
2. Pengaruh dari kata *uff* dalam Al-Qur'an terhadap kesehatan mental dapat dikelompokkan menjadi tiga bagian berdasarkan surahnya adalah sebagai berikut:
 - a. Pengaruh kata *uff* terhadap kesehatan mental pada surah al-Isra' ayat 23.

Anak yang tidak mampu merawat orang tua berusia lanjut dengan keikhlasan dan menunjukkan perlakuan dihadapan kedua orang tua perasaan kesal, keluhan, bosan dan jengkel yang ditandai dengan ucapan yang paling rendah yakni kata *uff*. Oleh sebab itu anak tersebut sedang mengalami gangguan kesehatan mental. Sedangkan jika seorang anak ikhlas dalam merawat orang tua yang sudah memasuki

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

usia lanjut dan juga menjaga perkataannya maka akan terjaga juga kesehatan mental kedua orang tuanya.

- b. Pengaruh kata *uff* terhadap kesehatan mental pada surah al-Anbiya' ayat 67.

Kata *uff* dalam surah al-Anbiya' ayat 67 ini tidak berpengaruh kepada kesehatan mental Nabi Ibrahim yang mengucapkan kata *uff* tersebut. Dan mereka yang mendengarkannya atau yang dituju kata *uff* tersebut juga tidak berpengaruh pada kesehatan mentalnya karena terfokus untuk mencari jalan lain untuk bertahan setelah mereka tidak dapat melawan hujjah Nabi Ibrahim dengan cara menyakiti Nabi Ibrahim.

- c. Pengaruh kata *uff* terhadap kesehatan mental pada surah al-Ahqaf ayat 17.

Kata *uff* dalam surah al-Ahqaf ayat 17 ini menunjukkan bahwasanya kesehatan mental seorang anak sedang tidak baik ditandai dengan penolakan kepada jalan kebahagiaan dengan melontarkan kata *uff* kata yang amat rendah. Dan kata *uff* juga berpengaruh terhadap kesehatan mental orang tua. Dikarenakan kata *uff* dapat membuat perasaan kedua orang tua menjadi sakit hati dan sedih yang menyebabkan orang tua tidak merasakan kebahagiaan.

B. Saran

Dalam melakukan penelitian ini tentunya tidak terlepas dari kekurangan. Adapun beberapa saran yang dapat penulis berikan yaitu sebagai berikut :

1. Penulis menyarankan pembahasan tentang kata *uff* ini dapat dikaji lebih spesifik, dikarenakan pembahasan dalam skripsi ini membahas makna kata *uff* dalam Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental.
2. Pada penulisan skripsi tentunya ada beberapa metode yang digunakan dalam melakukan penelitian. Dalam skripsi ini penulis menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*). Penulis menyarankan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

agar penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan penelitian yang bersifat lapangan.

3. Penulis mengharapkan kepada setiap pembaca untuk dapat mengambil ilmu dan pelajaran dalam tulisan ini, serta mengaplikasikan ilmu tersebut dalam kehidupan sehari-hari.





DAFTAR PUSTAKA

- Al-Farmawi, Abdul Hayy. 1996. *Metode Tafsir Mauhu'i Suatu Pengantar*. Terj. Suryan A. Jamrah. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Afham, Muhammad Fatihul dan Moh. Salapudin. "Prinsip Pendidikan Agama Islam dalam Mewujudkan Kesehatan Mental dan Good Government". *Jurnal Indo-Islamika*. Vol. 8 No. 1. Januari-Juni 2018.
- Al-Asfahani, Raghib. *Mu'jam fi Gharibil Qur'an*. Mesir: Dar Ibnul Jauzi, tt.
- Al-Asqalani, Al Imam Al Hafizh Ibnu Hajar. 2008. *Fathul Baari syarah Shahih Al Bukhari*. Terj. Amiruddin. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Abdillah, Pius dan Danu Prasetya. 2001. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Arloka.
- Al-Maragi, Ahmad Mustafa. 1993. *Tafsir al-Maragi Juz XVII*. Terj. Bahrin Abubakar. Semarang: PT. Karya Toha Putra.
- Amrullah, Karim, Abdul Malik (Hamka). 2001. *Tafsir Al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional PTE.
- An-Nawawi, Imam. 2011. *Syarah Shahih Muslim*. Terj. Ahmad Khatib. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Anugraini, Ro'issul Ulfah. "Konsep Birr al-Walidain yang Terkandung dalam Al-Qur'an Surat al-Ahqaf Ayat 15-18 Perspektif Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab". *Skripsi*. Ponogoro: IAIN Ponogoro. 2021.
- Ariadi, Purmansyah. "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam". *Jurnal Syifa' MEDIKA*. Vol. 3 No. 2. Maret 2013.
- Arni, Jarni. 2013. *Metode Penelitian Tafsir*. Pekanbaru: Daulat Riau.
- As-Suyuti, Jalaluddin. 2008. *Asbabun Nuzul : Sebab Turunnya Ayat Al-Qur'an*. Terj. Tim Abdul Hayyie. Jakarta: Gema Insani.
- Asy-Syaukani, Al-Imam Muhammad bin Ali bin Muhammad. 2011. *Tafsir Fathul Qadir*. Terj. Amir Hamzah Fachruddin. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Az-Zuhaili, Wahbah. 2016. *Tafsir Al-Munir*. Jakarta: Gema Insani.
- Baidan, Nasaruddin. 1998. *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Bukhori, Baldi. "Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup". *Jurnal Psikologika*. Vol. XI No. 22. Juli 2006.
- Daradjat, Zakiah. 1982. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Daradjat, Zakiah. 1996. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.
- Hasanah, Uswatun. "Tafsir Kata *Uffin* dalam Al-Qur'an Studi Komunikasi Orang Tua dan Anak dalam Pandangan Masyarakat Cibogo". *Jurnal JIQTAF*. Vol. 1 No. 1. April 2021.
- Hawari, Dadang. 1996. *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hawi, Akmal. 2014. *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Jalaluddin. 2008. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Press.
- Jaya, Yahya. 1992. *Peranan Taubat dan Maaf dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhana.
- Kartono, Kartini. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju.
- Langgulung, Hasan. 1992. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Al Husna.
- Mahdi, Rafiqi. "Etika Komunikasi Anak Terhadap Orang Tua dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Komparasi Tafsir al-Azhar dan Tafsir al-Misbah tentang Lafaz *Uff* dan *Qawlan Kariman* dalam Surah al-Isra' [17] Ayat 23)". *Skripsi*. Palangka Raya: STAIN Palangka Raya. 2014.
- Mahmud, Dawan, dkk. "Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa UIN Walisongo Semarang". *Jurnal Ilmu Dakwah*. Vol. 35 No. 1. Januari-Juni 2015.
- Mujib, Abdul, Jusuf Mudzakir. 2002. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Munawwir, Ahmad Warson. 1984. *Al-Munawwir: Kamus Arab Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progressif.
- Nufus, Fika Pijaka, dkk. "Konsep Pendidikan Birrul Walidain dalam QS. Luqman(31): 14 dan QS. Al-Isra(17): 23-24". *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA*. Vol. 18 No. 1. Agustus 2017.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Prabasari P, Ninda Ayu, dkk. "Pengalaman Keluarga dalam Merawat Lansia di Rumah (Studi Fenomenologi)". *Jurnal LENTERA*. Vol. 5 No. 1. Maret 2017.

Puniman, Ach. "Keutamaan Menjaga Lisan dalam Perspektif Hukum Islam". *Jurnal Yustitia*. Vol. 19 No. 2. Desember 2018.

Shihab, M. Quraish dan Sahabuddin. 2007. *Ensiklopedia Al-Qur'an Kajian Kosakata*. Jakarta: Lentera Hati.

Sugiyono. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Syafnan. "Panduan Komunikasi untuk Berbicara yang Mendidik (Rekondisi Kajian Psikologi dan Akhlak)". *Jurnal Darul Ilmi*. Vol. 2 No. 2. Juli 2014.

Tim Penyusun Pedoman Penulisan Skripsi (Edisi Revisi) Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi (Edisi Revisi)*. Pekanbaru: Magnum Pustaka Utama.

Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia. 2008. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa.

Zulkarnain dan Siti Rahmah. "Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam". *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*. Vol. 10 No. 1. 2019.

www.qurankemenag.go.id

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Yesa Adila

Tempat/Tgl. Lahir : Perawang, 08 Agustus 1998

Nama Ayah : Saaluddin

Nama Ibu : Yeni Masrida

Jumlah Saudara : -

No. Hp : 085247114210

Akademik :

- SDS YPPI
- Pesantren Diniyyah Puteri Padang Panjang (DMP)
- SMA Pesantren Babussalam Pekanbaru (1 tahun)
- Ponpes I'aaanath Thalibin (2 Tahun)
- Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau 2021

Organisasi : Osis MA Ponpes I'aaanath Thalibin

Non Akademik :

- Juara III Cerdas Cermat Antar Sekolah Se-Kecamatan Tualang
- Olimpiade Matematika



UIN SUSKA RIAU